

Курение - вред



Что случилось в нашем классе?

Почему огонь и дым?

Это мы сигару курим.

Повзрослеть скорей хотим.

Но это заблуждение:

От курения не взрослеют,

А болеют и стареют...

Так что же такое — курение?

Это дым из носа и рта...

В легких — вредный никотин оставляет сизый дым,

Голова болит и ноет, хриплый голос беспокоит.

Чуть устал — одышка тут. Да и ноги не несут,

Станешь бледный и худой,

Мысли умной — ни одной.

- Табак был завезен в Европу из Южной Америки в XVI веке. Несмотря на существовавшие в свое время запреты со стороны как церкви, так и государства, курение табака стало распространенной привычкой среди населения европейских стран. В Россию табак был завезен англичанами и немцами в начале 17 столетия. Курение и нюхание строго наказывались: их били кнутом, а торговцам отрезали носы, рвали ноздри и ссылали в далёкие города. С приходом к власти Петра 1 был отменен запрет на курение. Так постепенно все народы пристрастились к курению.



- Табак – растение семейства пасленовых. В диком виде произрастает в Америке и Австралии

Курение - одна из вреднейших привычек.

Исследованиями доказано, в чем вред курения. В дыме табака содержится более **30** ядовитых веществ: Никотин, Углекислый газ, Окись углерода, Синильная кислота, Аммиак, Смолистые вещества, Органические кислоты и другие.

1-2 пачки сигарет содержат смертельную дозу никотина. Курильщика спасает, что эта доза вводится в организм не сразу, а дробно.

Окись углерода
(выхлопные газы
автомобилей)

Ацетон
(жидкость для
снятия лака)

Никотин
(пестицид)

**Стеариновая
кислота**
(восковые
свечи)

Метан
(туалетный газ)

Бутанол
(растворитель)

Метанол
(ракетное
топливо)

Гексамин
(жидкость для
розжига)

**Цианистый
водород** (яд для
смертников)

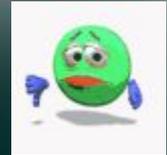
Радон
(радиоактивный
газ)

Толуол
(промышленный
растворитель)

Аммиак
(туалетный
очиститель)

Кадмий
(батарейки)





Никотин относится к нервным ядам.

В экспериментах на животных и наблюдениях над людьми установлено, что никотин в малых дозах возбуждает нервные клетки, способствует учащению дыхания и сердцебиения, нарушению ритма сердечных сокращений, тошноте и рвоте. В больших дозах тормозит, а затем парализует деятельность клеток ЦНС. Расстройство нервной системы проявляется понижением трудоспособности, дрожанием рук, ослаблением памяти.



Особенно вредно курение для **детей и подростков**. Еще не окрепшие нервная и кровеносная системы болезненно реагируют на табак. В течение первого месяца табачный дым действует особенно сильно, затяжки вызывают приятное состояние. Но это первый шаг в никотиновый плен. Дней через 30 развивается привычка, курение становится необходимостью.

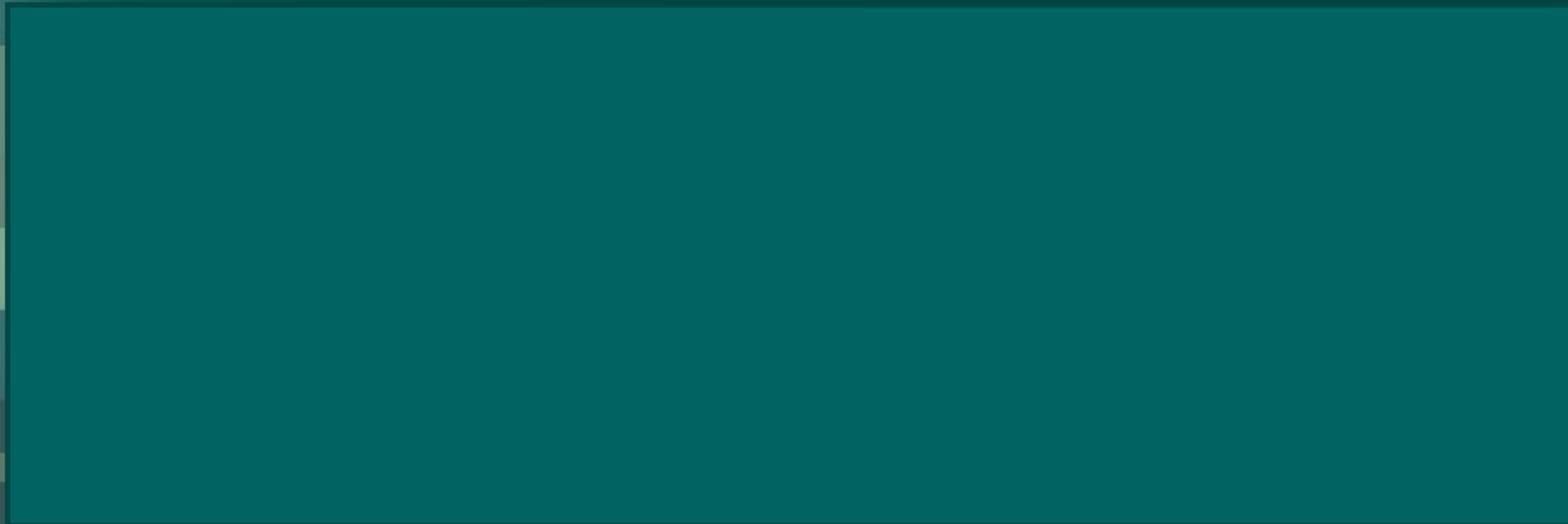
Никотин способен накапливаться в бронхах и легких, оседает в печени, и почках. Никотин, содержащийся в сигарете, относится к ядам. Доктора утверждают, что никотин можно приравнять к **наркотикам!**



Курение — это вредная привычка !

К сигарете легко привыкнуть, однако очень тяжело отвыкать. Думаю, что лучше и не привыкать совсем.

Почему же мальчишки начинают курить?



Почему курят девчонки?

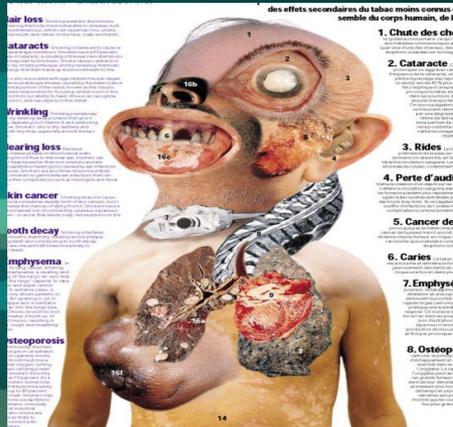
Почему курят подростки



Почему курят взрослые люди



Органы – «мишени»



- Рака легких в 17 раз
- Рака полости рта в 18 раз
- Рака гортани в 11 раз
- Хронических обструктивных заболеваний легких в 8 раз
- Рака мочевого пузыря в 2 раза
- Инфаркта миокарда в 2 раза
- Инсульта в 2 раза

Алгоритм смерти

Серьезные
проблемы со
здоровьем
(затрудненное
дыхание, кашель,
сердечные
приступы)
35 – 45 лет

Смерть....

45 – 55 лет

Первая
сигарета (за
компанию)

15 – 18 лет

Тяга к курению,
чувство недомогания
при длительном отказе
от курения

20 – 25 лет



Сухие цифры

По данным Всемирной Организации Здравоохранения:

ЕЖЕГОДНО УМИРАЮТ



3 миллиона человек
от курения!



6 миллионов человек от
алкоголизма!

Прогнозируется, что в 2020 году от курения погибнут около
10 миллионов человек в возрасте от 30 до 40 лет!

Итак, выбирай -

Курение

Здоровье



ИЛИ



Я выбираю здоровье



- Брось сигарету! Табачный дым
Полон химических ядов!

- Брось сигарету – тебе говорим!
Себя отравлять не надо!

